

# Lampiran

## Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 129 /UN.34.16/PP/2012  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

21 Juni 2012

Yth. : Pemerintah Kabupaten Purbalingga  
Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik  
Di Kabupaten Purbalingga  
Jawa Tengah

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Anggra Purnomo  
NIM : 10604227100  
Program Studi : S-1 PGSD Penjas (PKS)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Juni s/d Juli 2012  
Tempat/Obyek : SD N 1 Sumingkir / siswa  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Power Otot Tungkai Dan Lari Cepat 30 Meter Dengan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Putra Kelas IV Dan V SD N 1 Sumingkir Kec. Kutasari, Purbalingga.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Drs. Rumi Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Ka. Dinas Dikpora Kab. Purbalingga
2. Kepala Sekolah SD N 1 Sumingkir
3. Koordinator PGSD Penjas
4. Pembimbing TAS
5. Mahasiswa ybs.



PEMERINTAH KABUPATEN PURBALINGGA  
**BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**  
Jl. Jambukarang No. 8 Telepon ( 0281 ) 891450 Fax (0281) 895194  
PURBALINGGA - 53311

Nomor : 071/0450/2012  
Lampiran : 1 (satu) lembar  
Perihal : Pemberitahuan tentang  
Penelitian/Pra Survey

Purbalingga, 30 Juni 2012

Kepada Yth :

Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Purbalingga

di

PURBALINGGA

Berdasarkan surat dari Universitas Negeri Yogyakarta Fakultas Ilmu Keolahragaan Nomor : 1299/UN.34.16/PP/2012 tanggal 21 Juni 2012 dan surat rekomendasi dari Kepala Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Purbalingga Nomor : 071/783/VI/2012 tanggal 30 Juni 2012, perihal sebagaimana tersebut pada pokok surat, dengan ini diberitahukan bahwa pada Wilayah Kerja/ Dinas/ Instansi saudara akan dilaksanakan Penelitian/Pra Survey oleh :

Nama/NIM : ANGGRA PURNOMO 10604227100  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Alamat : Meri Rt.009/003 Kec. Kutasari  
Lokasi : SD Negeri 1 Sumingkir  
Judul/ Tujuan : Hubungan antara power otot tungkai dan lari cepat 30 meter dengan hasil  
Penelitian : belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 1  
Suminhkir Kecamatan Kutasari Kabupaten Purbalingga  
Waktu : Juni s.d Juli 2012

Mohon yang bersangkutan untuk dapat difasilitasi. Setelah selesai agar yang bersangkutan melaporkan hasilnya ke BAPPEDA Kabupaten Purbalingga dengan menyerahkan satu eksemplar laporan hasil Penelitian/Pra Survey untuk didokumentasikan dan dimanfaatkan seperlunya.

Demikian untuk menjadikan maklum, dan atas bantuannya disampaikan terima kasih.

A.n. KEPALA BAPPEDA  
KABUPATEN PURBALINGGA  
Kabid Statistik, Pengendalian dan Evaluasi



**Drs. PRABOWO TRI WINDARTO**

Pembina Tk.I  
NIP. 19561024 198603 1 008

Tembusan Kepada Yth. :

1. Kepala Kantor Kesbang dan Pol Kabupaten Purbalingga
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
3. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN PURBALINGGA  
UPT DINAS PENDIDIKAN KECAMATAN KUTASARI  
**SD NEGERI 1 SUMINGKIR**  
Jalan Raya Sumingkir – Kutasari Kode Pos 53361 Purbalingga

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.2/11/2012

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri 1 Sumingkir UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Kutasari Kabupaten Purbalingga :

Nama : **SUKARDI, A.Ma.Pd**  
NIP : 19520701 197701 1 004  
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : **ANGGRA PURNOMO**  
NIM : 10604227100  
Program Studi : S-1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian di SD Negeri 1 Sumingkir UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Kutasari Kabupaten Purbalingga pada tanggal 10 Juli 2012 dalam rangka pengumpulan data guna menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “Hubungan antara *power* otot tungkai dan lari cepat 30 meter dengan hasil lompat jauh gaya jongkok siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Sumingkir, Kecamatan Kutasari, Kabupaten Purbalingga”.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sumingkir, 11 Juli 2012



**SUKARDI, A.Ma.Pd**

NIP. 19520701 197701 1 004

## Lampiran 2. Data Penelitian

NO	Lari cepat 30 meter	Power otot tungkai	Hasil lompat jauh
1	529	42	320
2	592	34	280
3	539	33	300
4	539	35	290
5	520	43	280
6	523	54	290
7	566	28	220
8	544	33	300
9	544	39	340
10	588	37	240
11	620	31	250
12	550	34	300
13	585	35	220
14	545	37	300
15	590	25	300
16	548	30	250
17	553	32	280
18	582	40	250
19	530	42	240
20	524	35	270
21	554	32	250
22	529	42	320
23	520	43	280
24	523	54	290
25	544	39	340
26	588	37	240
27	550	34	300
28	548	30	250
29	553	32	280
30	524	35	270

### Lampiran 3. Data Penelitian

#### Frequencies

##### Statistics

	Lari cepat 30 meter	Power otot tungkai	Lompat jauh gaya jongkok
N Valid	30	30	30
Missing	0	0	0
Mean	5.5147	36.5667	2.7800
Std. Error of Mean	.04783	1.19643	.05841
Median	5.4650	35.0000	2.8000
Mode	5.44	35.00	3.00
Std. Deviation	.26197	6.55314	.31991
Variance	.069	42.944	.102
Range	1.00	29.00	1.20
Minimum	5.20	25.00	2.20
Maximum	6.20	54.00	3.40
Sum	165.44	1097.00	83.40

## Frequency Table

### Lari Cepat 30 Meter

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5.2	2	6.7	6.7	6.7
	5.23	2	6.7	6.7	13.3
	5.24	2	6.7	6.7	20.0
	5.29	2	6.7	6.7	26.7
	5.3	1	3.3	3.3	30.0
	5.39	2	6.7	6.7	36.7
	5.44	3	10.0	10.0	46.7
	5.45	1	3.3	3.3	50.0
	5.48	2	6.7	6.7	56.7
	5.5	2	6.7	6.7	63.3
	5.53	2	6.7	6.7	70.0
	5.54	1	3.3	3.3	73.3
	5.66	1	3.3	3.3	76.7
	5.82	1	3.3	3.3	80.0
	5.85	1	3.3	3.3	83.3
	5.88	2	6.7	6.7	90.0
	5.9	1	3.3	3.3	93.3
	5.92	1	3.3	3.3	96.7
	6.2	1	3.3	3.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

## Frequency Table

### *Power Otot Tugkai*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	25	1	3.3	3.3	3.3
	28	1	3.3	3.3	6.7
	30	2	6.7	6.7	13.3
	31	1	3.3	3.3	16.7
	32	3	10.0	10.0	26.7
	33	2	6.7	6.7	33.3
	34	3	10.0	10.0	43.3
	35	4	13.3	13.3	56.7
	37	3	10.0	10.0	66.7
	39	2	6.7	6.7	73.3
	40	1	3.3	3.3	76.7
	42	3	10.0	10.0	86.7
	43	2	6.7	6.7	93.3
	54	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	



## Frequency Table

### Lompat Jauh Gaya Jongkok

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.2	2	6.7	6.7	6.7
	2.4	3	10.0	10.0	16.7
	2.5	5	16.7	16.7	33.3
	2.7	2	6.7	6.7	40.0
	2.8	5	16.7	16.7	56.7
	2.9	3	10.0	10.0	66.7
	3	6	20.0	20.0	86.7
	3.2	2	6.7	6.7	93.3
	3.4	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

#### Lampiran 4. Uji Normalitas

##### NPar Test Chi-Square Test Frequencies

###### Lari Cepat 30 Meter

	Observed N	Expected N	Residual
5.2	2	1.6	.4
5.23	2	1.6	.4
5.24	2	1.6	.4
5.29	2	1.6	.4
5.3	1	1.6	-.6
5.39	2	1.6	.4
5.44	3	1.6	1.4
5.45	1	1.6	-.6
5.48	2	1.6	.4
5.5	2	1.6	.4
5.53	2	1.6	.4
5.54	1	1.6	-.6
5.66	1	1.6	-.6
5.82	1	1.6	-.6
5.85	1	1.6	-.6
5.88	2	1.6	.4
5.9	1	1.6	-.6
5.92	1	1.6	-.6
6.2	1	1.6	-.6
Total	30		

***Power Otot Tungkal***

	Observed N	Expected N	Residual
25	1	2.1	-1.1
28	1	2.1	-1.1
30	2	2.1	-.1
31	1	2.1	-1.1
32	3	2.1	.9
33	2	2.1	-.1
34	3	2.1	.9
35	4	2.1	1.9
37	3	2.1	.9
39	2	2.1	-.1
40	1	2.1	-1.1
42	3	2.1	.9
43	2	2.1	-.1
54	2	2.1	-.1
Total	30		

**Lompat Jauh Gaya Jongkok**

	Observed N	Expected N	Residual
2.2	2	3.3	-1.3
2.4	3	3.3	-.3
2.5	5	3.3	1.7
2.7	2	3.3	-1.3
2.8	5	3.3	1.7
2.9	3	3.3	-.3
3	6	3.3	2.7
3.2	2	3.3	-1.3
3.4	2	3.3	-1.3
.Total	30		

**Test Statistics**

	Lompat jauh gaya jongkok	Lari Cepat 30 meter	Power otot tungkai
Chi-Square	6.000 <sup>a</sup>	4.200 <sup>b</sup>	5.467 <sup>c</sup>
df	8	18	13
Asymp. Sig.	.647	1.000	.963

a. 9 cells (100,0%) have expected frequencies less than

5. The minimum expected cell frequency is 3,3.

b. 19 cells (100,0%) have expected frequencies less

than 5. The minimum expected cell frequency is 1,6.

c. 14 cells (100,0%) have expected frequencies less

than 5. The minimum expected cell frequency is 2,1.

## Lampiran 5. Uji Linearitas dan Analisis Regresi

### Regression

**Variables Entered/Removed<sup>b</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Power otot tungkai, lari cepat 30 meter <sup>a</sup>		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: lompat jauh gaya jongkok

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.432 <sup>a</sup>	.187	.126	.29904	.187	3.095	2	27	.062

a. Predictors: (Constant), power, kecepatan

b. Dependent Variable: lompatjauh

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	.554	2	.277	3.095	.062 <sup>a</sup>
	Residual	2.414	27	.089		
	Total	2.968	29			

a. Predictors: (Constant), power, kecepatan

b. Dependent Variable: lompatjauh

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95% Confidence Interval for B		Correlations		
	B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound	Zero-order	Partial	Part
1 (Constant)	5.405	1.582		3.417	.002	2.159	8.650			
kecepatan	-.493	.247	-.403	-1.991	.057	-1.000	.015	-.430	-.358	-.346
power	.002	.010	.051	.252	.803	-.018	.023	.259	.049	.044

a. Dependent Variable:

lompatjauh

**Coefficient Correlations<sup>a</sup>**

Model			power	kecepatan
1	Correlations	power	1.000	.515
		kecepatan	.515	1.000
	Covariances	power	9.775E-5	.001
		kecepatan	.001	.061

a. Dependent Variable: lompatjauh

## Lampiran 6. Analisis Korelasi

### Correlations

Correlations

		lompatjauh	power	kecepatan
Pearson Correlation	lompatjauh	1.000	.259	-.430
	power	.259	1.000	-.515
	kecepatan	-.430	-.515	1.000
Sig. (1-tailed)	lompatjauh	.	.084	.009
	power	.084	.	.002
	kecepatan	.009	.002	.
N	lompatjauh	30	30	30
	power	30	30	30
	kecepatan	30	30	30

## Lampiran 7. Surat Keterangan dari Balai Metrologi



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH  
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN  
**BALAI METROLOGI WILAYAH BANYUMAS**  
Jl. DI. Pandjaitan No.222 Purwokerto 53147 Telp. (0281) 636846 Fax. (0281) 631398

### SERTIFIKAT KALIBRASI

Calibration Certificate

Nomor : 510.64 / 244 / 2012

No. Order : PJ - 1314  
10/07/2012

**NAMA ALAT** : BAN UKUR

Measuring instrument

Merk / Buatan : - / -

Trade Mark / Manufactured by

Model / Tipe : - / -

Model / Type

Nomor Seri : -

Serial Number

Kapasitas : 50 m

Capacity

Kelas : -

Class

Daya baca : 1 mm

Readability

**PEMAKAI** : ANGGRA PURNOMO

User

Alamat : Meri RT. 9 RW. 3 Kutasari - Purbalingga

Address

**METODE, STANDAR DAN KETERTELUSSURAN**

Method, Standard and Traceability

Metode : Perbandingan Langsung Dengan Standar

Method

Standar : Komparator kap. 20 m

Standard

Keterterelusuran : Direktorat Metrologi Bandung

Traceability

**HASIL KALIBRASI & KETIDAKPASTIAN** : Terlampir

Calibration Result & Uncertainty

Attachment

Purwokerto, 13 Juli 2012

an. KEPALA BALAI,

Kasi Standar Ukuran

Tjutju Kartiwan

Penata Tk. I

NIP. 19611224 198302 1 003

MEMPERDAYA UKURAN  
MENGHILANGKAN KEPERCAYAAN

Hal. 1 dari 2

Dilarang menggandakan sebagian isi sertifikat ini tanpa seijin dari Balai Metrologi Wilayah Banyumas



Nomor Order : PJ - 1314  
Lampiran Sertifikat Nomor : 510.64 / 244 / 2012

### DATA KALIBRASI

### Calibration data

- Tanggal diterima : 10 Juli 2012  
- Tanggal dikalibrasi : 11 Juli 2012  
- Dikalibrasi oleh : 1. Sutoyo, ST                                  3. Taufiq Rakhman, ST  
                              2. Agus Budiono  
- Lokasi : Lab. Panjang Balai Metrologi Wilayah Banyumas  
- Kondisi ruangan : Suhu Ruangan : 26,3 °C  
                            Kelembaban : 49 %

## HASIL KALIBRASI

Calibration Result

Penunjukan Alat (m)	Koreksi Total (mm)
0	0,00
5	6,63
10	7,53
15	8,02
20	9,04
25	7,63
30	9,53
35	11,02
40	12,04
45	14,02
50	17,04

## EVALUASI

### Evaluation

KEPALA SEKSI STANDAR UKURAN,

Shirley

Tjutju Kartiwan

Penata Tk. I

NIP. 19611224 198302 1 003

Hal. 2 dari 2

Dilarang menggandakan sebagian isi sertifikat ini tanpa seijin dari Balai Metrologi Wilayah Banyumas



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH  
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN  
**BALAI METROLOGI WILAYAH BANYUMAS**  
Jl. DI. Pandjaitan No.222 Purwokerto 53147 Telp. (0281) 636846 Fax. (0281) 631398

**SERTIFIKAT KALIBRASI**

Calibration Certificate

Nomor : 510.64 / 243 / 2012

No. Order : PJ - 1313  
10/07/2012

**NAMA ALAT** : STOPWATCH

Measuring instrument

**Merk / Buatan** : SEWAN / -

Trade Mark / Manufactured by

**Model / Tipe** : - / -

Model / Type

**Nomor Seri** : -

Serial Number

**Kapasitas** : 09:59:59

Capacity

**Kelas** : -

Class

**Daya baca** : 0,01 sekon

Readability

**PEMAKAI** : ACHMAD FADJRI SODIK

User

**Alamat** : Karangsari RT. 1 RW. 2 Karangmoncol - Purbalingga

Address

**METODE, STANDAR DAN KETERTELUSSURAN**

Method, Standard and Traceability

**Metode** : Perbandingan Langsung Dengan Standar

Method

**Standar** : Stopwatch Merk. Heuer Buatan Swiss

Standard

**Keterterelusuran** : Direktorat Metrologi Bandung

Traceability

**HASIL KALIBRASI & KETIDAKPASTIAN** : Terlampir

Calibration Result & Uncertainty

Attachment

Purwokerto, 13 Juli 2012

an. KEPALA BALAI,

Kasi Standar Ukuran

**Tjutju Kartiwan**

Penata Tk. I

NIP. 19611224 198302 1 003

MEMPERDAYA UKURAN  
MENGHILANGKAN KEPERCAYAAN

Hal. 1 dari 2

Dilarang menggandakan sebagian isi sertifikat ini tanpa seijin dari Balai Metrologi Wilayah Banyumas

Nomor Order : PJ - 1313  
Lampiran Sertifikat Nomor : 510.64 / 243 / 2012

#### **DATA KALIBRASI**

*Calibration data*

- Tanggal diterima : 10 Juli 2012  
- Tanggal dikalibrasi : 11 Juli 2012  
- Dikalibrasi oleh : Taufiq Rakhman, ST  
- Lokasi : Lab. Panjang Balai Metrologi Wilayah Banyumas  
- Kondisi ruangan : Suhu Ruangan : 26,2 °C  
Kelembaban : 52 %

#### **HASIL KALIBRASI**

*Calibration Result*

Penunjukan Standar (s)	Hasil Pengujian (s)
60	59,96
120	119,95
300	299,92
600	599,84
900	899,70
1800	1799,66

#### **EVALUASI**

*Evaluation*

KEPALA SEKSI STANDAR UKURAN,



**Tiutju Kartiwan**

Penata Tk. I

NIP. 19611224 198302 1 003

Hal. 2 dari 2

Dilarang menggandakan sebagian isi sertifikat ini tanpa seijin dari Balai Metrologi Wilayah Banyumas

## Dokumentasi Penelitian

### 1. Lompat Jauh Gaya Jongkok





## 2. Vertical Jump



### 3. Lari Cepat 30 Meter

